

# 10周年介護レクコンテスト 応募用企画書

カテゴリ名 音楽

氏名

## レクリエーションタイトル

吹奏楽コンサート  
～吹奏楽体操から指揮者体験まで～

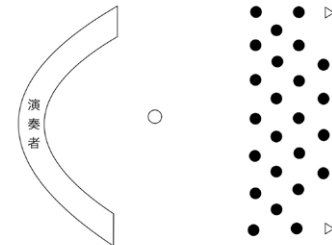
講評

## レクリエーションの内容（箇条書き）

- ・アイスブレイクとして生演奏でラジオ体操を行う。
- ・手遊び歌の演奏に合わせて上肢、下肢運動を行う。
- ・曲に合わせて、手拍子をする。
- ・2拍子、3拍子、4拍子の指揮を振る練習を行う。
- ・2拍子と3拍子を同時に振る練習を行う。
- ・吹奏楽団の指揮を体験していただく。
- ・最後に皆さんがよくご存知の曲を歌い、終りの挨拶をします。

## 会場レイアウト

●=高齢者、○=講師、△=介護職員



## ■目的（大きな目的を1つ記載）

音楽を聴き、手遊び歌や指揮者体験をする事で脳の活性化や上肢、下肢運動につなげます。

## ■対象者（認知症や車いすの方の参加有無）

- ・施設ご利用者様
- ・座位のとれる方
- ・認知症や片マヒなどの障害をお持ちの方も手が少しでも動かせる方であれば参加可能。

## ■タイムスケジュール 準備

15分

## 所要時間 60分

- ・オープニングファンファーレ3分
- ・挨拶、アイスブレイク(吹奏楽体操)5分
- ・手遊び歌モデル7分
- ・楽器紹介10分
- ・ホースビュッグルボルカ3分
- ・2拍子、3拍子、4拍子の指揮を振る練習3分
- ・2拍子と3拍子を同時に振る練習3分
- ・指揮者体験(2拍子うさぎとかめ3拍子ふるさと4拍子さくらさくら)12分
- ・日本愛唱歌アルバム8分
- ・川の流れるように5分
- ・終りの挨拶1分

## ■予算（目安）

全体・1人あたり ¥0円

## ■参加人数（目安）※スタッフ除く

希望者全員

## ■必要スペース（目安）

参加者全員が座って指揮を振れるスペース

## ■準備物など

講師：譜面台演奏人数分、楽譜、楽器、指揮棒  
施設：なし

## ■連絡事項

施設スタッフの方のサポートを2名お願いします。